

第44回松戸市青少年姉妹 都市等派遣報告書 ホワイトホース市

公益財団法人松戸市国際交流協会
松戸市文化スポーツ部国際推進課



内容

派遣者名簿

派遣日程表

実施記録

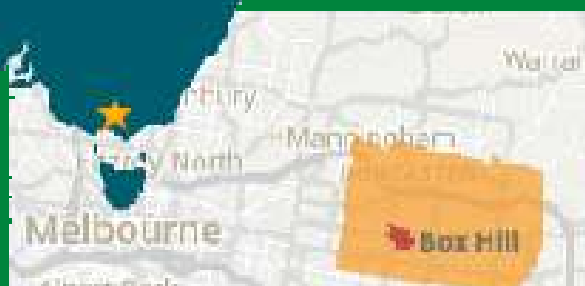
派遣生徒感想文



青少年姉妹都市等派遣事業

昭和46年から姉妹都市交流が続いているオーストラリア ビクトリア州 ホワイトホース市に当協会主催の松戸市高校生英語スピーチコンテストの上位入賞者及び公募の中高校生を派遣する事業です。

両市相互の国際交流を促進するとともに、ホームステイによる滞在と、中高一貫校での授業体験や課外活動をとおした同世代交流とともに、現地において松戸市おおよび日本の学校生活の紹介を行います。また、派遣後は報告書の作成と次年度の松戸市高校生英語スピーチコンテスト会場で派遣報告を行っています。



派遣者名簿

2026年3月時点

氏名	学校名	学年
七條 圭都	共栄学園高等学校	高2
佐々木 琴欣	千葉県立松戸国際高等学校	高1
川上 結生	市川学園市川高等学校	高1
豊永 らんぎ	千葉県立小金高等学校	高1
川崎 稚優	松戸市立第一中学校	中2
清水 りん	松戸市立小金南中学校	中2
鈴木 郁佳	女子学院中学校	中2
堂本 紗羽	松戸市立和名ヶ谷中学校	中1

ダウド マイケル	公益財団法人松戸市国際交流協会	引率 職員
佐川 花	松戸市文化スポーツ部国際推進課	

青少年姉妹都市等派遣事業（ホワイトホース市）日程表

月日	現地時間	スケジュール
2026年 2/9 (月) 成田空港発	16:30 19:20	成田空港第2ターミナル集合 カンタス航空にて空路、メルボルンへ 宿泊：機内
2/10 (火) メルボルン ホワイト ホース クーナン校	07:45 12:00 13:00 14:00 15:00	メルボルン着（入国審査、税関） 移動 メルボルン市内見学 ・クイーンビクトリアマーケット ・ボックスヒルタウンホール ・ブラックバーンレイク 昼食：ボックスヒルタウンホールにて モーニングティー クーナン校へ ウェルカムセレモニー ホストファミリーと対面 移動、各ホストファミリー宅へ 宿泊：ホストファミリー宅泊
2/11 (水・祝)	08:30	クーナン校にて ・スクールアクティビティ ・通常授業体験 宿泊：ホストファミリー宅泊



<p>2/12 (木) ホワイト ホース ↓ ヒールズビル</p>	<p>08:15 09:30</p>	<p>クーナン校にて</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ヒールズヴィル自然保護区へ遠足 <園内を散策> ・猛禽類のショー ・園内施設で バーベキューランチ 	
<p>2/13 (金)</p>	<p>08:30</p>	<p>クーナン校にて</p> <ul style="list-style-type: none"> ・スクール アクティビティ ・通常授業体験 <p>宿泊：ホストファミリー宅泊</p>	
<p>2/14 (土) ・ 2/15 (日) ホワイト ホース</p>	<p>各自</p>	<p>ホストファミリーと過ごす</p> <p>宿泊：ホストファミリー宅泊</p>	
<p>2/16 (月) ホワイト ホース ↓ メルボルン</p>	<p>08:30 13:30</p>	<p>クーナン校にて</p> <ul style="list-style-type: none"> ・日本文化紹介プレゼンテーション ・通常授業体験 ・バディーとお別れ <p>専用車にてメルボルン市内へ セント・パトリック大聖堂 トラム体験 フリンダースストリート フリンダースストリート駅 ホージャー・レーン ホテルチェックイン</p> <p>宿泊：バットマンズヒル・オン・コリンズ</p>	
<p>2/17 (火) メルボルン ↓ 成田空港着</p>	<p>06:30 10:25 18:40</p>	<p>ホテルチェックアウト</p> <p>カンタス航空にて空路、成田空港へ</p> <p>成田空港到着</p>	

実施記録

2月9日 (月)

出発

成田空港発 メルボルンへ



2月10日 (火)

到着

メルボルン空港到着～メルボルン市内観光～クーンラン校



①クイーン・ヴィクトリア・マーケット

南半球最大の市場として知られるクイーン・ビクトリア・マーケットは、1878年にオープンした、歴史のあるマーケット。



②ボックスヒル・タウンホール

1935年に建てられた、元のボックスヒル市の市役所。1994年、ボックスヒルとナンアワディング市が合併し、ホワイトホース市が作られた。その結果、ホワイトホース市役所は違う場所に移転した。



③ブラックバーンレイク

ホワイトホース市で一番大きな公園。この公園には、オーストラリア独特のいくつかの鳥類が生息し、珍しい鳥の鳴き声を聞きながら、オーストラリアの自然を楽しむことができる。



クーン校へ

ウェルカムセレモニー

派遣生徒とホワイトホース市長・職員、クーン校の校長・先生、バディをはじめとした生徒や生徒会長が出席。ホストファミリーとも顔合わせを行い、そのまま各ホームステイ先へ移動した。



2月11日 (水・祝)

授業体験

芸術の授業



料理教室



2月12日 (木)

遠足

ヒールズヴィル自然保護区へ遠足



2月13日 (金)

授業体験

日本語の授業体験



演技とデザインの授業



2月14日(土)、15日(日) 週末

ホストファミリーと各自過ごす



2月16日(月)

授業体験

松戸の紹介と日本文化体験のプレゼンテーション



クーン校の生徒とお別れ



メルボルン市内観光

①セント・パトリック大聖堂

セント・パトリック大聖堂は、1848年に建設が計画され、1858年から80年以上の歳月をかけて建設、1939年に完成した。オーストラリア最大のゴシック建築。



②フリンダース・ストリート駅

フリンダース・ストリート駅は、1854年に完成しオーストラリアの歴史的な駅。メルボルンのシンボルとして国内外から愛されている。



③ホージアレーン

ホージアレーンは、フリンダース・ストリート駅の近くにある小さな路地で、定期的に変わる落書きと、新進気鋭の現代アーティストの作品のギャラリーになっている。



④ ترام（路面電車）乗車体験

メルボルンならではの交通機関。メルボルン市内で「Free Tram Zone」という制度があり、トラムに無料で乗ることができる。



⑤ ホテルにて夕食

とても高級な焼き魚を楽しんだ後、
日本であまり味わえないふわふわチーズケーキをいただいた。



2月17日(月)

日本へ帰国

一週間のオーストラリア派遣を目一杯楽しんだが、
ついに帰国の時間が来た。

一生忘れない思い出を心にもち、無事に日本へ到着した。





派遣生徒 感想文

松戸市とホワイトホース市の交流は、1958年に松戸市立第五中学校の生徒がオーストラリア大使館に「ユーカリの種をください」と手紙を出したことから始まったそうだ。

ー自分は英語ができないー

松戸市姉妹都市派遣一般公募の用紙を見つめながら、現状を変えるために申し込みをした。高校1年より続けている東京の博物館でのボランティア活動でも、海外からのお客様の対応には英語が必須だ。プレゼンテーションの準備の第1回目の集まりで、自分以外のみんなの英語力の高さに衝撃を受けた。

これは英語ができる人のための活動だ…
大丈夫だろうか？

結論としては大丈夫であった、むしろ英語ができないことを理由に諦めている人に勇気を持って参加することを勧めたいと思う。参加が決まってからの日々は目まぐるしく、気づくとオーストラリア大陸に降り立っていたと言っても過言ではなかった。クーンン高校ではじめてバディに会ったとき、緊張のあまり全く話が頭に入らずに明日からどうしたものかと思っていたが、翌日バディがオリジナルの日本語の会話帳を持ちながら話をしてくれて助かったと思ったが、ふと、なぜ日本語で話をさせているんだろうと考え直し、自分も同じことをしようと思い自分なりの会話帳を作り始めた。ホストファミリーは中国系で、一族と一緒に花火見学で旧正月をお祝いし、日本とは違う文化を体験することができた。

クーンン高校で印象に残っていることは、数日経った中庭でのランチタイム後、バディ達と話をしていると他の生徒にバスケの3 on 3に誘われ、自分のシュートが決まるまでの約20回をみんなが見守ってくれ、なかなか決まらないプレッシャーの中、ようやくシュートが決まりほっとしていると、全員がハイタッチをして一緒に盛り上がった。何でもない日常のワンシーンではあるけれど、あの時の青空は生涯忘れないだろうと思った。

今年の5月12日は姉妹都市提携55周年を迎える。
ユーカリの種から始まった半世紀以上の歴史を持つプロジェクトに参加することができ、光栄に思うとともに、自分自身が受けた「おもてなしの心」をつなげていき、この先々も挑戦することを恐れずにいきたいと思う。
I want to say “sandwich” properly so no one thinks it’s a “pizza” the next time!!



夢だった一週間の思い出

佐々木 琴欣

私は今回のオーストラリアでの研修を通して、多くの新しい経験をする事ができました。実際に現地で生活しながら英語を使うことは、これまでとは全く違う体験でした。

現地では、ホストファミリーや学校の人たちと毎日英語で会話をしました。最初から積極的に話すことを意識していたので、自分から話しかけたり、いろいろな話題を広げたりする事ができました。その中で、自分の英語が相手に伝わる嬉しさや、会話が続いていく楽しさを強く感じました。また、言葉だけでなく、表情や態度も大切だと気づき、コミュニケーションの奥深さを学びました。

さらに、今回の経験で特に印象に残っているのは、人との関わり方についてです。初めて会う人が多い環境の中で、自分から行動することの大切さを実感しました。自分から話しかけることで、相手との距離が一気に縮まり、新しい友達を作ることができました。また、周りの人たちもとてもフレンドリーで、温かく受け入れてくれたことがとても嬉しかったです。

文化の違いについても多くの発見がありました。日本とは生活のリズムや考え方が違い、その違いを実際に体験することで、自分の視野が広がったと感じています。毎日が新しいことばかりで、とても刺激的で充実した時間を過ごすことができました。一週間という短い期間でしたが、内容はとても濃く、自分にとって大きな意味のある時間になりました。

この経験を通して、自分から積極的に行動することの大切さと、新しい環境に飛び込む勇気の重要性を学びました。また、自分自身にも今まで気づかなかった一面があることに気づき、自信を持つきっかけにもなりました。

これからは、この経験を活かして、英語の勉強だけでなく、さまざまなことに積極的に挑戦していきたいと思います。そして、今回感じた楽しさや達成感を忘れずに、自分自身をさらに成長させていきたいです。



驚きと温かさに出会った オーストラリア

川上 結生

私はオーストラリアに行って、現地の方の温かさに触れると共に、オーストラリアと日本の文化の違いを感じました。

私は見ず知らずの方と話すことが苦手で、オーストラリアでも現地の方と喋る時、緊張して思うように話せないのではないか、と思っていました。しかし現地に行ってみるとホストファミリーだけでなく、見ず知らずの現地校の生徒の方が何人もフレンドリーに話しかけてくれました。

また、実際にオーストラリアに行ったことで、オーストラリアではお昼前におやつのある時間があり、その際ほぼ一食分の食事を摂るなどの沢山の文化の違いを実感しました。拳二つ分のマフィンを食べた2時間後に、昼食だよと言われ耳を疑ったことを覚えています。

オーストラリアでは驚きの連続でしたが、多くの方の温かさに触れ有意義な時間を過ごすことができました。

これまでお世話になった松戸市国際交流会、松戸市役所職員の皆様に御礼申し上げます。



僕はこの姉妹都市派遣を通して様々な貴重な経験をする事ができました。ホームステイや海外での学校生活など、どれもかけがえのない思い出です。僕がこの留学で意識したことは、積極的にコミュニケーションをとることです。そのため、翻訳を一切使わずに相手と会話することを目標にしました。

海外の学校に通うことは僕の夢でした。休み時間はミートパイやアイスを買って、校庭でサッカーもしました。僕のバディーはとても優しく、日常生活のことや授業でわからないことをたくさん教えてくれました。英語での授業は知らない単語も多く、聞き取れないこともありましたが、周囲に助けられていくうちに少しずつ理解することができました。校外学習でヒールズビル・サンクチュアリに行った際は、人生で初めてコアラやカンガルーを見学し、移動中のバスではバディーと一緒にゲームをして盛り上がりました。また、他の生徒とも仲良くなることができ、その友達の1人が、「今までであった日本人の中で一番英語が上手だよ」と褒めてもらえたことは、大きな自信につながりもっとたくさんの人と会話したいと思いました。

ホストファミリーはとても親切で、明るい人でした。旅行の写真を見せてくれたり、昔の頃の話をしてくれたりしました。毎日振る舞ってくれた料理はどれも絶品で、特に巨大なサーモンを焼いてくれたことが印象に残っています。週末には一緒にプールへ行ったり、ソレントというビーチ街に行ったりしました。プールへはトゥクトゥクのような乗り物で移動しました。ドアがなくとても怖かったですが、風がとても気持ちよくすごく爽快でした。ソレントでは美しいビーチが広がっており、そこではハンバーガーやジェラートを食べ、楽しい時間を過ごすことができました。また、愛犬のルビーは人懐っこくすぐに仲良くなり、一緒にソファで映画を見ました。お別れの際にはルビーも一緒に見送ってくれました。

僕はこの留学を通して、異文化に触れ、語学力を磨くことができたとともに、松戸市とホワイトホース市の交流の歴史や、野生生物の保護についても学ぶことができました。この貴重な経験をもとに、さらに語学力を向上させ、国際社会で活躍できるように努力したいです。大切な友人に出会い、素晴らしい経験ができたことに感謝し、いつかオーストラリアに行って彼らに会えることを強く願っています。



派遣を通じて学んだこと

川崎 稚優

オーストラリアで生活してみて、日本との文化・風土の違いを幾つも見つけた。例えば、ホストファミリーとの対面では、初対面の私をホストマザーが温かいハグをして迎え入れてくれた。初対面でハグなど、日本では考えられない。歓迎の意を行動で示し、感情を素直に表に出す海外の文化はとても新鮮だった。また、オーストラリアでは知人かどうかに関係なく、道行く人とのコミュニケーションが大変盛んだ。“Have a nice day.”という言葉が飛び交うのはよく耳にしたし、特に、外国から来ていることの分かりやすい私たちに、“Where are you from?”とか、“Enjoy your staying in Australia!”など、優しい言葉をかけてくれる人が数多くいた。オーストラリアならではの温かな空気感を感じるとともに、本当に嬉しく思った。

また、オーストラリアでは日本よりも水資源が貴重だ。事前に調べて知識としては知っていたが、実際に訪れるとより切実に感じた。シャワーは四分で済ませるように頼まれた。もちろん湯船に浸かることもない。正直短すぎると思ったが、相手の国の置かれている状況を考慮し、尊重することが国際交流の第一歩と考え、毎日、時間を厳守するよう心がけた。

日本の当たり前が海外ではそうではないと気づいたとき、私自身の視野が一気に広がっていくのを感じた。オーストラリアでは、話す言語、育ってきた環境、文化、人種などが全く違う人たちと接したが、「伝えたい」という気持ちがあればどんな壁も乗り越えられると、身をもって感じた。

今の時代、翻訳機を使えばすぐに流暢な英語に直せるが、私はそれよりも自分の英語を相手に届けたいという思いでこの期間を過ごした。私のつたない英語を理解しようと歩み寄ってくれて、また、私が理解できずに聞き返すと、繰り返し丁寧に話してくれた、現地の方々には本当に感謝している。とはいえ、日常の些細な場面で英語が出てこず、現地の人に自分の意思が伝えられないもどかしさや悔しさを感じる日々でもあった。今後、さらに自分の英語スキルを上達させ、成長した自分でまた海外を訪れたい。国際交流のもたらす温かなつながりと、その意味に気づけた今回の渡航は、私の人生において、貴重な経験になった。この体験を将来に役立てられるよう、これからも努力していきたい。



この度は、青少年姉妹都市派遣プログラムを通してオーストラリア短期留学という貴重な体験をさせていただきありがとうございました。ホームステイやクーンン高校での生活、動物園に行ったりやショッピングをしたりなど、すてきな思い出がたくさんできました。中でも私が思い出に残ったのは、2つあります。1つ目はクーンン高校での生活です。クーンン高校では、学校初日はとても緊張して自分からあまり話すことができず静かになってしまう時間ができてしまいましたが、2日目からは初日の反省を活かして自分からバディに話しかけることができバディもたくさん話してくれたおかげで緊張がほぐれました。授業の内容は分からないところが多々ありましたが、分からないところはバディやバディの友達分かりやすく説明してくれました。私がクーンン高校での生活の中で1番楽しかったのは、ランチの時間です。ランチの時間になったら、バディと一緒に友達がたくさんいるところに行き、みんなで色々な話をしながら食べました。みんなで写真を撮ったり、日本の学校について話したりしました。色々な話ができ良かったです。ときどき単語が難しく理解するのに時間がかかってしまうときがあったけれど慣れていくうちにそのようなことが少なくなり、話をスムーズにできるようになりました。また、学校最終日に行なったプレゼンテーションでは、噛んでしまった所があり、少し悔いが残りましたが、自分なりに精一杯がんばれたと思います。プレゼンテーションの後の福笑いは全体で楽しむことができ、雰囲気良かったのでとてもすてきな時間になりました。2つ目は動物園です。動物園は自分がオーストラリアに行くことが決まってから絶対に行きたいと思っていた場所なので行くことができとても嬉しかったです。動物園では実際に動物と触れ合う機会は無かったですが、たくさん写真を撮れて全力で楽しめたので良かったです。また、動物園から帰る時は疲れて寝てしまったのですが、行きの時はバディと一緒にホームステイ先の生活について話したり、日本での休日や放課後の過ごし方について話しました。盛り上がることができとても楽しく嬉しかったです。自分は英語を話したりするのは好きだけど得意ではなかったので短期留学に行く前は不安な気持ちと楽しみな気持ちでいっぱいでした。学校初日も緊張であまり話せないまま終わってしまい、とても悔しい思いをしました。ですが、2日目からは切り替えて積極的に話しかけることを目標として生活しました。その目標のおかげで最終日には間違った英語かもしれないですが、ある程度の日常会話ができるようになりました。なのでまた海外に行く機会があれば不安が多少あっても積極的に話すことを意識して行動しようと思います。改めて貴重な体験をさせていただきありがとうございました。



オーストラリアで見つけた事

鈴木 郁佳

今回の海外派遣に参加して、私が感じたことは主に二つあります。まず一つ目はみんなが生き生きとまさに「自分らしく」楽しそうに生きていて、想像とうらはらに日本と比べてとても息がしやすいことに驚いたことです。今まで私はいつか外国に住んでみたい、と海外の自由さに対する憧れを抱いていました。しかし私は典型的な日本人気質であるため日本での暮らし一番自分に合っていると思っていました。また前述したことに加えてSNSやニュースなどで海外での悲惨な事件や海外の人の気質と合わなかった日本人の体験談等を聞くと日本の方が安全なのではないか、外国人の澁刺として明るい性格と自分の性格は合わないかもしれないと思い込んでしまい、憧れを抱く気持ちの反面、私の中には海外に対する抵抗感や萎縮して積極的に動けないかもしれないという不安がありました。

しかし、実際にオーストラリアに行ってみるとそのような不安は段々と消えていきました。クーンラン高で出会った生徒たちはたった一回授業が同じになっただけでも友達になることができる程フレンドリーで優しく、街中で出会った通りすがりの人は私が困っていると気さくに話しかけて助けてくれました。最初は急に話しかけられることやそのフレンドリーさに驚きましたが、それは嫌な感じではなくむしろ自然な優しさだとわかると次第に慣れてこちらからもフレンドリーに接することで心地よく過ごすことができました。

また皆言いたいことははっきり言うけれど、基本的に思いやりを持って人に接しているので逆に気兼ねなく積極的に話しかけるなど様々なことに挑戦をして過ごすことができとても居心地が良かったです。加えてその様な人が多いためか日本の様に事細かなルールや暗黙の了解があまりなく、気を遣う必要がない開放的な空気感だったので気を張らずに過ごすことができ良かったです。

これらのことから海外に対する抵抗感も和らぎ、時には日本よりも開放的で過ごしやすと感じることができました。そして将来はオーストラリアや外国に住みたいと心から思うことができました。

二つ目は積極的に行動したことで海外で貴重な友人や家族関係を築くことができ本当に嬉しかったことです。クーンラン高でのバディはとても優しい子で私が体調を崩した時も体調を気遣ってくれたり、私がいかに話しかけられなくても英語に日本語を混ぜて積極的に話しかけてくれました。またクーンラン高での授業でも先生の説明を要約してくれるなどたくさん助けられ、本当に感謝しています。ホストマザーもとても優しい方で体調を崩した時にはそばにいて食事や生活面を工夫してくれたり、優しく接してくれるなど私を本当の娘の様にお世話してくれました。海外で一人という状況の中2人の優しさが本当にありがたく、嬉しかったです。またバディやホストマザーとは勇気を出して連絡先を聞いたおかげで今でもたまに連絡をとっており、楽しく交流を続けています。積極的に動くことの大切さを改めて感じました。そして普段内気な自分が海外で長く続く対人関係を築けたことはとても嬉しい成功体験でした。

最後にオーストラリアへの派遣を通して現地の方と交流を持つことができたり、自分の知らないことを実際に目で見ることで不安を取り除き将来のことを前向きに考えることができ、少し自分に自信を持つことができた様に感じます。これらは実際に行かないと得ることができないとても貴重なものであり、今回派遣に行くことができ本当に良かったと思います。本当にありがとうございました。



オーストラリアで学んだこと 堂本 紗羽

私は今回の留学で色々なことを学びました。
そして、オーストラリアと日本の違いを感じる事が出来ました。

まず、日本の好きな所です。日本はとても便利な国でした。

1つ目の理由は水道水が飲めるからです。外国では水道水を飲むとお腹を壊したりして、飲める国は少ないそうです。オーストラリアの飲める用の水も日本ほど美味しいと感じませんでした。

日本の水道水は飲めるし美味しいので、とても良い国だと思いました。

2つ目の理由は、オーストラリアは運転が少し荒いからです。オーストラリアで乗った、登下校のバスや路面電車は急ブレーキや急発進が多く、どこかに掴まっていたりしないと怪我をしてしまうのではないかと思う位でした。日本は安全運転だと感じました。

最後は、日本の料理は美味しくて、種類がたくさんあるからです。オーストラリアでは、ほとんどの料理に大きなお肉が使われていました。お米も出ましたが、日本よりも味が薄く美味しいとは思えなかったです。帰国したら、お味噌汁やおにぎりを食べたいなと思いました。

次にオーストラリアの好きな所です。

まず、綺麗な海です。私は週末、ホストファミリーと海に行きました。日本だとゴミがあって汚れていますが、オーストラリアの海は砂浜に何も落ちていなくて、エメラルドグリーンや水色の海でした。

次に、オーストラリアの人たちはみんな明るくてフレンドリーな所です。ホストファミリーと初めて会った時、私は緊張してうまく喋れませんでした。優しく分かりやすい簡単な単語で話してくれました。これがきっかけで私は次の日からホストファミリーとたくさん話すことができました。学校では元々知り合いだったかのように明るく話しかけてくれ、たったの5秒で友達になれました。オーストラリアの人たちは誰とでも仲良くしゃべれて、これは日本人も見習うと良い所だと思います。

オーストラリアにはオーストラリアの良さがあり、日本にも日本の良さがあることが分かりました。

今度、外国へ行った時には日本の食べ物や文化など、良い所をたくさんを教えてあげたいなと思いました。そして仲良くなった人たちからも、その国の事を教えて欲しいです。

とても楽しかったオーストラリア。オーストラリア以外の国へも行ってみたいなと心から思っています。





姉妹都市 ホワイトホース市

Sister City Whitehorse

オーストラリアビクトリア州の州都メルボルンから東へ約15km、電車で約20分の距離にある街。面積は約64kmで松戸市(約61km)とほぼ同じ広さ。人口は約17万人で、松戸市(約50万人)のおよそ3分の1です。

ホワイトホース市は、約350の公園や保護地区をもち「ガーデン・シティ」とも呼ばれ、自然の緑と人々の活気が調和した街です。また、市内には小学校が38校、セカンダリー・カレッジ(中・高校)が14校、専門学校が1校、大学が1校あり、社会人向けの生涯学習施設も充実していて、「City of Learning(学びゆく都市)」をモットーにした街づくりを進めています。

松戸市とは1971年(昭和46年)から姉妹都市提携を結んでおり(当時はボックス・ヒル市)、2026年(令和8年)5月12日で姉妹都市提携55周年を迎えます。

